

قيم وأخلاقيات - وبما ظهر فيه  
من نشاط حضاري عريق .  
وفي هذه الكلمات تسافر مع  
ريشة الفنان العثماني الطموح  
إبراهيم تود الشرف اليكري  
ليستعرض بعضاً من مواقف  
حياته عبر ذبذبه اللقني الطويل  
وتستعمل جولتنا بحديثه عن  
نفسه إذ يقول :  
أيام خضوع الشرق

الافريقي للسيادة العثمانية شهد هذا الجزء هجرات جماعية من البلقانيين . - وكانت امستري واحدة الى الهجرة - وقسي عام ١٩١٨ . ولدت في تترانسيا وترجمت في افريقيا متعلا بين اوغندا وكنيا وتزانبا ، وقد درست في مدارسها بعصا غارت الى اميركا المستكساي راسيتي العليا .

والثاء وجودي في أفريقا  
ارتبطت طفولتي بذكريات حنوة  
وعزيزة على قلبي وبعد سلوغ  
مرحلة الضعج الكفركي حاولت  
أن أترجم تلك اللحظات الحنوة  
في صباي فكانت البرشة بطلا  
الموقف - ولقد تخذت في القضية  
عوامل عديدة وتحكمت فيها  
الظروف أهمها - كإن خالي  
فنانا وهو الدكتور سعيد عبود  
طاهر - يضاف إليها نزعتي  
البيئية التي سبقتها في الكثير  
من أعمالي الفنية بالإضافة إلى  
وجود بيت الطفولة تلك وسط  
ناغية من الانحجار الباسقة -  
فكفقتحت طفولتي على تلك الإبداع  
المجالية - فترجمتها فسي  
لوحاتي.

لكي لا اكون صورة مزيفة تحمل  
نفس وروح بيكانو فاتجهت  
اتجاهها مغايرا لاتجاه بيكانو  
وسخرت ريشتي في تسييد عظمة  
الايات القرائنية الحكمة الماثورة  
فاعطيتها بعدا يتكافأ مع نسوها  
وعظمتها - معتمدا في ذلك  
على اللون التي توحي للمشاهد  
بملاحم ويسمات قيسية - ومن  
سلسلة لوحاتي الصوفية اعتز  
بلوحة ( الله اكبر ) واعبرني  
قمة اعمالى الفنية على الاطلاق -

لوحة  
الله اكبر

## نشاطاته

وحول سؤال عن نشاطاته الفنية وعدد المعارض التي أقامها حتى الآن قال :

« المعرض الذي أقيمته الآن في السلطنة هو المعرض السادس والخمسين - تقريبا - منذ أن أقيمت خمسة وعشرين معرضا ، موزعة على مسافعات وإبعاد جغرافية متباينة - في إفريقيا وأوروبا وأمريكا وآسيا - أما عن عدد لوحاتي فلا أستطيع حصرها - وكان هوفي دائما من أقامة هذه المعارض هو تعريف الزائر العام بالفن العربي

## اتجاهه الفني


وخول سؤال عن المدرسة  
الفنية التي انتمى اليها الفنان  
أبراهيم نور الشريف قال :  
« أنا تأثرت بفن الزخرفة  
الاسلامي بالاضافة الى الخط  
العربي بكافة اشكاله وفنماجه  
كما تأثرت في اول الامر بروائع  
بيكاسو - الا انني غيرت اتجاهي

سمو السيد حمد بن حمود وصفي السيد عباس بن فيصل اثناء مشاهدتهما للمعرض

لقاء في .. دورة تدريب الخدمة الاجتماعية  
ماذا تقول الأستاذة؟ وماذا تقول الدارسات؟

صورة جديدة ومشرفة للمرأة العمانية  
في تطورها الجديد صورة من ميدان من  
أشرف ميادين العمل والنشاط للمرأة صورة  
من ميدان العمل الاجتماعي . .  
وفي هذه الايام تعقد حلقات دورة

مركز الإعداد والتدريب على الخدمة الاجتماعية . والقناة العمالية تشارك في هذه الدورة من أجل أن تزداد معرفة وخبرة ومن أجل أن تؤدي عملها الاجتماعي الإنساني بكفاءة أكبر ومقدرته تركز على دعائم المعرفة



عبد الحصري      مؤيد علي سعيد      فريدة عبد الحكيم      ثواب محمد كامل

اول لقاء لنا في هذا التحقيق مع الأستاذة هناد المصري وهي من بين الاساتذة المتخصصين والقائمين على شؤون هذه الدورة .

● هناك حقيقة او يديهيّة تقول ان الامرة نساء المجتمع . ومن الضروري عندما تفكر في تنمية المجتمع ان تبدأ من الاساس . الاساس هو المرأة . ولذلك فغالباً

تقول بطاقة الهوية :

الاسم : هند امجد المصري والجنسية اللبنانية وتعمل  
موظفة في وزارة الشؤون الاجتماعية والعمل قسم تنمية  
المجتمع . حصلت على درجة الماجستير في التربية  
والمجتمع الريفي .

● ساجيب على سؤالك من نهايتہ ۔ ۔ ۔  
ارتباط وثيقا بعلم الاجتماع ، وعلم الاجتماع وبالتالي  
ولا تغنيه بيون ناس ۔

— كيف كانت ظروف عملك في الميدان الاجتماعي في سلطنة عمان .

● الحقيقة أن هذه ليست أول مرة يعمل فيها في ميدان الخدمة الاجتماعية في سلطنة عمان ، فقد كان في شرف العمل مع وزارة الشؤون الاجتماعية والعمل من خلال التبريسيف في البحث الاجتماعي الذي نسم عام ٧٢-٧٣ من خلال عملي في ذلك الوقت كتي قربية من الشعب العماني الطيب واستطعت التعرف على العادات والتقاليد المبنية على الطيبة والأمانة . كما تعرفت على بعض المشاكل التي تواجه الأسرة العمانية . وكانت هذه هي الفترة من العمل الميداني التي أحسست باقتراء حقيقي لعمان وبلدي الثاني . وقد أبيت باعتزاز طلب الوزارة للعمل معها في مشروع تنمية المجتمعات المحلية امل ان يوفقني الله لخدمة الشعب لعمان .

— أرجو أن تحبشي قارئ «عمان» عن الدور الذي يمكن أن تقوم به الدارة في مجال تنمية المجتمع المحلي.

● هناك حقيقة أو بديهة تقول إن الأسرة نواة المجتمع ، ومن الضروري عناية تامة في تنمية المجتمع من نبتة من الأساس ، والاساس هو الأسرة ، ولذلك فقط تنمية المجتمع تعني الاهتمام بالأسرة ، أما المرأة فهي الحية منسوجة من أليافها لاسفانها وكزجة ويكسوها ليلها في تنظيم البيت وإدارته ، ويقع على عاتقها مسؤولية الرعاية الصحية لأفراد الأسرة ، ويقع على عاتقها مسؤولية اختيار الطعام وإعداده ومسؤولية متابعة الأولاد ، ولهم ومذاكرتهم وحل مشاكلهم فيما بينهم ، تحكم كل هذه المسؤوليات يصبح للمرأة بالمرأة ضرورة من هنا فوجه المرأة حملات التوعية لمساعدتها على أداء دورها والقيام بمسؤولياتها على أحسن وجه .

هذا في نطاق الأسرة ولعلنا نذكر قول أمير الشعراء أحمد شوقي :

لم مدرسة إذا اعتيها  
اعتيت شعب طيب الاعراق  
لم مدرسة ان تعهد  
الحياة اوراق ايما اوراق

فإذا انتقلنا الى نشاط المرأة في ميدان العمل التطوعي مثل العمل في الجمعيات النسائية والتعاون مع هيئات والوحدات الحكومية المختلفة فإن المرأة تستطيع ان تؤدي دورا فعالا بالشارككتي التخطيط وتنفيذ البرامج الموضوعية . . .

ثم هناك المرأة العاملة أو الموظفة ، وهي يعملها  
بمساهمة فعالة في رفع مستوى معيشة الأسرة ،  
ارتفاع الدخل ، كما أنها تسهم في زيادة الإنتاج القومي  
بجمعها - فالمرأة نصف المجتمع - المهم والواجب الأول  
في المرأة - الانتصيص عليها في نشاطها الاجتماعي فسي  
تتغير على واقعها الأساس . كبريت واهم - نحة -

- يهتم علم الاجتماع بدراسات الممارسات الغذائية كما  
لدى الامومة والطفولة اهتماما خاصا . . فما هي

الإسلامي ولقد لاقت معارضي  
ججاجها مراراً وأقربت لها الصحف  
التي أقمّت فيها معارضي  
مفاجعات بارزة - عرضت فيها  
رأه النقد حول قدراتي الفنية  
أكبر أجز تقاضيته عن لوحة  
و ١٢ الفسولان وكان بالنسبة  
ي مبلغ تشجيعي لمواصلته  
درب وحمل رسالة ألفن المخالدة  
العبد الضخم الذي أنتجته  
اعتز بنتاجه اعتزاني بالوادي  
علاني أنسى أول لوحتي سميتها  
أخر لوحة فهي لوحتي  
الله أكبر ( وهي معروضة  
اليا في معرضي بصالتي

**ملاحظاتك في هذا المجال ؟**

● لكل مجتمع من المجتمعات عاداته الغذائية وهناك أسس للتغذية السليمة وأهمها وفرة الغذاء وتناوبه مع المقدرة الشرائية للأسرة . . . ومن الضروري ان تلم ربة البيت انواع الغذاء التي توفر للانسان الطاقة المتكاملة التي الوجبة الغذائية المتكاملة المتعاضدة اللازمة لبقاء الطاقة والوقاية كذلك لا بد ان تعرف ربة البيت الحاجات المتفاوتة لأفراد الأسرة والتي يأتي تفاوتها من اختلاف السن والجنس واعياء العمل والنوم والحالة الصحية . . .

أما بالنسبة للمعدات المتعلقة بالأموعة والطفولة فعلى المعدات المتعلقة والجيدة، مثل حرص المرأة الصانعة على أوضاع أطفالها هؤلاء كالمكين ، وعدم التفرقة بين الذكر والأنثى في هذا المجال فإذا أضفنا إلى ذلك قصصهم أن تهتم المرأة بقدانها شخصيا خلال فترة الرضاعة وأن يكون غذاءها محتويا على عناصر غذائية متكاملة وخاصة الحليب فإن هذا النظام الغذائي يساعد أيضا على إفراز كمية من الحليب المناسبة للطفل ، ويفضل إعطاء الطفل بعض الاطعمة الاضافية قبل مضي عمره الفواكه والبيض والارز والخبز واللحوم بشرط الاتي اعطاء طفلها ايا من هذه الاضافيات الا بعد استشارة الطبيب ، وتستطيع كل ام الاتصال بالطبيب مركز صحة العامة ليؤمها بالنصائح اللازمة .

● المرأة البعمانية ربة بيت ممتازة تهتم بزوجها أطفالها وهي في مجال العمل نشطة تعمل بكفاءة واقتدار مثال للمخترع الطيب والصبر والامانة -

\* ومن خلال الدورة ايضا التقيت من بين الندوات  
كل من :  
- موزة علي سعيد رائدة تنمية المجتمع في نوى  
- فريدة عبد الملك الباحثة الاجتماعية  
- لولاحد محمد كامل عامر الباحثة الاجتماعية بوحدة  
خاصة .  
دار الحديث من اهمية العمل الاجتماعي واثره في  
مجتمع التطور الحضاري في المجتمع  
وعن مشروع تنمية المجتمع في قرى  
قرى قالت موزة علي سعيد  
ان هذا المشروع كان ناجحا من جوانب عديدة  
- تم بالتعاون مع الاجهزة الحكومية والمواطنين  
- كانت استجابة المواطنين للمشروع اكثر من متقاربة  
- ولقد ساعد على نجاح المشروع لانا قبل انبثاق فيه  
- بنا دراسة شاملة لتلك المنطقة وتعرفنا على مشاكلها ثم  
- بنا للعمل المشروع .

وقالت لوائح كامل :

لقد وجدنا ان من الاساليب الناجحة اعطاء الناس  
فرح حية لما نتحدث عنه .. فاذا تحدثنا عن الوجبات  
الثانية المتكاملة صنعنا بانفسنا..وهن معنا وجبة غذائية  
تألف من فصول لمحور الامية قام رواد التنمية الاجتماعية مع  
هذه القرى يشق الطرق .. كما قاموا باثشاء حقل  
بشمار الزراعي بالتعاون مع الزراعة لتزويد المواطنين  
بضرورات .. وهكذا ..

وعن الدورة قالت موزة :  
لقد استفدنا قائدة عظيمة وتطورت معلوماتنا  
وأرنا وفقت أماننا مجالات جديدة لتطبيق ما

الفالج - معظم لوحاتي - كانت  
مستوحاة من عشقي لديني واعتبر  
لوحاتي كلها قريانا لهذا العشق  
المقدس .

**ولادة لوحه عمانيه**  
 وحول سؤال عن ما يجول  
 حاليا يقول ابراهيم البكري ٠٠

« الجنين المنخفض في فكري  
 حاليا هو المثلثة لوحه عمانيه  
 استحييت خطوطها من خلال  
 جولاسمي داخل السلطنة  
 واستلهمت فكرتها - من دهشتي  
 لما شاهدته من انتعاش حضاري  
 تعيشه بدلي في ظل القيادة  
 الرشيدة وساحلوا ان اعبر  
 في لوحتي الجديده شعوري

وحيبي وفاء للمعطاء الكبير .

في لوحاتهم - وسخروا انتاجه  
في خدمة القضايا القومية-  
والاجتماعية . واذا ما قارنا  
بالفن العالمي - فانه لا يقل عذ  
تاريخا ومعدا - وفي طليعه  
هذه الامجاد الفنية بروز مدرس  
الزخرفة المعمارية في الاندلس  
والعراق والشام والحجاز .

**حياته العامة**  
عمري الفني ١٥ عاما تقريبا  
دوست في شرق افريقياتخرج  
من جامعة دوحارز الامريكية

أعمل حالياً استاذاً في الجامع  
منذ ٩ سنوات - وأقوم بتدريس  
وتدريس القانونين يفرق السلا  
الامريكية - متزوج وابلطفاير  
أحب الرحلات لما تمثله من  
مستضافة أفكار جديدة وتجديد  
فني - أعشق ارتكاب الاموال  
منيتي في الحياة ان استقر في  
الدي وذلك بعد استقالتني من  
جامعة في امريكا .

أتمنى إن أحقق حلمي الكبير  
هو تأسيس مدرسة فنية جديدة  
مثل بحث حضاري مجيد لفننا  
تراثنا العريق كما أتمنى أن  
أكسب فننا العربي مسيرة  
خضارة الفن العالمي - وأن يجد  
فننا من يتبناه ويبيع فيه  
استمرارية -

الفن العربي والعالمي  
وحول سؤال عن مستوى  
فن العربي اذا قارناه بالفن  
عالمي اجاب :

أعد أساسية تسمح له بالاستقلال عن أي فن آخر وهو يتمتع بإحاطات كبيرة تجعل الفنان ندا على الخلق الفني .



## الدين والحياة الإنسان المسام

● خطر ما يتعرض له الشخصية الإنسانية المسلمة هي الاحاد ، اباحة ، الاثرة ، علينا تطهير العقول من الخرافات والارواح ، فان هناك مفاهيم كثيرة نحن في حاجة لاستيعابها وهناك اوهام كثيرة نحن في حاجة الى اسقاطها كي نستقيم لنا الفهم والقدرة على التوجه في مجال الحياة

● اليقظة والقدرة الدائمة على الفهم والعلم ، ولذلك فقد نص على الخافلين الذين يقتصرون على الموروثات القديمة بالتقيد ، او الذين يقفون عند جوانب معينة دون الفهم الكامل للاسلام ، فالاسلام دين وعقيدة ودعوة الى العمل وتربية للضمير والخلق

● ان ينفع المسلم علمه بعمله ، فلا يكفي ان يكون المسلم عارفاً بالعبادات او المعاملات او الاخلاق ، بل عليه ان ينفع العلم بالعمل ، واي علم يجعله المسلم ولا يجعله سيلا الى عمل فهو علم ناقص ، لا قيمة له ، فاذا علمت ان الصلاة من اصول الدين فينبغي علينا ان نؤديها في اوقاتها ، وكذلك الامر بالنسبة للصوم والزكاة وحج البيت وغير ذلك مما امرنا الله ان نؤديه

● ان يسعى المسلم دأماً الى الحياة في مستوى الحضارة الحق ، وبالمعلم النافع ، فلا يجرد ولا يتوقف ، وتجديد المعرفة والثقافة ضرورة للانسان ، والاسلام فتح للمسلم هذا الباب على مصراعيه ، ودعا للاجتهاد في تحصيل العلم والمعرفة وديننا الحنيف منفسح الجنبات لتقبل كل جديد من فكر او حضارة في اطاره الجامع الشامل وبقيمه العظمى

● ان يسعى المسلم دأماً الى الحياة في مستوى الحضارة الحق ، وبالمعلم النافع ، فلا يجرد ولا يتوقف ، وتجديد المعرفة والثقافة ضرورة للانسان ، والاسلام فتح للمسلم هذا الباب على مصراعيه ، ودعا للاجتهاد في تحصيل العلم والمعرفة وديننا الحنيف منفسح الجنبات لتقبل كل جديد من فكر او حضارة في اطاره الجامع الشامل وبقيمه العظمى

● ان يسعى المسلم دأماً الى الحياة في مستوى الحضارة الحق ، وبالمعلم النافع ، فلا يجرد ولا يتوقف ، وتجديد المعرفة والثقافة ضرورة للانسان ، والاسلام فتح للمسلم هذا الباب على مصراعيه ، ودعا للاجتهاد في تحصيل العلم والمعرفة وديننا الحنيف منفسح الجنبات لتقبل كل جديد من فكر او حضارة في اطاره الجامع الشامل وبقيمه العظمى

## الأمر لا يتوقف

كل ما يجري على الأرض قدز  
أنت مجزئه وأنت الأمر  
وإذا قلرت لا يثنى الحذر  
لا ولا يجدي وأنت إقاهر  
وإذا ما شئت فالأرض سلام  
وإذا شئت فحرب وضرام  
يا حكيماً في الوري ما أعدك  
وإليك الأمر يا مجرى الفلك  
حكمة جل عن الفكر مداها  
يعجز الإدراك عن أسرارها  
كل ما في الكون قطر من نذاها  
وبريق من سنى أنوارها  
قد وسعت الكون أرضاً وساء  
نهب التعمى وتعطى من تشاء  
وإذا شئت فإن الأمر لك  
وبما توحى به يجرى الفلك

### بيان مناقصة ٦٠-٧٧

يعلن مجلس المناقصات عن مناقصة لاتشياء طريق الى فندق الانتركونتينال ، يمكن الحصول على الشروط والمواصفات من ادارة المناقصات مقابل

٥٠ - خمسين ريالاً لا ترد  
يجب ان توضع العروض في صندوق المناقصات - محافظة العاصمة - مسقط قبل الساعة العاشرة من صباح يوم الاثنين الموافق ١٩٧٧-١٨

رئيس مجلس المناقصات بالوكالة  
وزير الاشغال العامة



وما رايك بالشعر الحديث ؟

لا امل اليه كثيرا

وما هي مشاريعك في عالم الشعر مستقبلا ؟

انا الان اعي لطبع ديوان شعر جديد هو

ديوان « سمات الخليج » اقول في مطبع القصيدة الاولى:

على ارض الخليج اصوره

والسرح في الخليج على اماني

حيثما شعث في افق انحنان

تعيش العرب ابقاء بشعب

على ارض الخليج وفي عمان

وماذا عن زيارتك لسلطنة عمان ؟

بعد ان قطعت شوطا في ديواني « سمات الخليج

حتى الشوق لزيارة سلطنة عمان ، ولقد قامت وزارة

الاعلام والثقافة بالسلطنة مشكورة باستقبالي واتاحت

لي فرصة التعرف على النهضة العظيمة التي تشهدها

البلاد بقيادة عامل المردى جلالة السلطان قابوس

المعظم

لقد شاهدت الكثير من الانجازات العظيمة فكل

المدن والاقاليم العمانية امتدت لها يد الحضارة والعمران

ففي كل مكان زينة وجبت حركة تجارية نشطة وزراعة

مثمرة وادنية رياضية وثقافية ومدارس تنتشر على كل

مساحة السلطنة ومستشفيات مجهزة باحدث التجهيزات

في كل مكان

وقد تأثرت حقا بهذه النهضة الشاملة فكتبت من

وحي ما رايت تشيد « طلمة عمان » واقول فيه :

مدارسك وتوادي الشباب

تشيد التطور رغم الصعاب

يقين ينات وهذا التراب

يزوره انطوح

ويشرب تلوح

شذاه فيفوح

يطلمعه يا عمان

كذلك اتاحت لي وزارة الاعلام فرصة ممتازة

للاطلاع على معالم الحضارة العمانية التاريخية فلقد

قمت برحلة من مسقط الى السيب الى بركا الى الرستاق

وشاهدت قلعة الحزم وهي قلعة رائعة يدخلها الانسان

فيكاد يقره بين شرقها وغربها وينازها اعجوبة هندسية

فهي من الخارج مربعة البناء والتكوين ومن انداخل على

شكل الاقمار الخلقلة ، وبها قلج عميق طويل ترعد قسي

وسطه المياه البعيدة التي تهيئ له من رؤوس الجبال

واثناء عومتي من هذه الجولة قلت في نفسي ستكون

عمان قلب السياحة في الخليج ، ومنطلق الحضارة

والثقل والوعي والازدهار

هل اتيت لك في زيارتك التعرف على الشعر

العماني ؟

نعم ، الشعر العماني حتى الان يغلب عليه

عاطفة الشعر الماضي والقصاص العمانية لا تخلو من

الحنين الى الوطن ، ولا تخلو من التوجه الى اعمال

الخير ، ولا تخلو من الدعوة الى تربية النشء ومقاومة

الاحاد ، وتوجد به ايضا سمات غريبة وتتمحور في

اجواء الطبيعة الخلابة ، والشاعر العماني بعيد تماما

في شعره عن كل خلاعة او ميوعة

## لقاء مع شاعر من البحرين .. محمد علي ناصر يقول : عمان ستكون قلب السياحة في الخليج ومنطلق الحضارة والتقدم والوعي والازدهار



ارتدي خير وشاح هذه دروب العفيرة  
اليسوا ثوب عفاف يد ثواب الدعارة  
لتروا يد طريق التي حسنا في الطهارة  
لتروا ان القتي الجرم يبق في الخسارة  
ديتنا والشرع عدل هذه دروب العفيرة

ان الشاعر هنا يراجه دعاء الفكر الهدام ويواجه  
محاولاتهم في اصطياد عقول الآخرين مواجهة واضحة  
ويكشف ايضا اسلوبهم في التسلل والاصطياد .. وبين  
هذا كله ويمتدح نوعا من الفسق الفكري والذي يباه  
الضمير الحي الطاهر ..  
وفي قصيدة اخرى بعنوان « يعني اطلقت من  
قيدها » من ديوان موكب الفجر نجد ان هذا الحس البيني  
الرفق قاعدة اساسية لنطلق منها في تعبيره الوجداني  
عن مشاعره تجاه القدس وفلسطين :

هذه ارض فلسطين لها

كل قلب جرحه بالدم صباري

جرم اسرائيل امسى وله

كل جرح عم في كل بلادي

ايشان الجرح يامصدينا

حرقوا القبس وانت المرتجى

تشرع الحق وتمحي الفساد

انت انت المرتجى يا سيدي

انت تحمي نظريات الرشاد

حتى الشاعر في وجدانياته فانه ينطلق من هذا

الحس البيني الرفق في قصيدته « وانا القبطه في

ماضي واتي يقول :

قالت بعد مناجاتي لها

في وشاح الخير جابت ولها

خير اسلوب يعني الكلمات

عرفت كل انبذي قصده

ذكرت كل معاني خطوات

شرحت كل مفاهيم القتي

ولقد حاجتها في اللحظات

غير انني عنما حاجتها

اوضحت ايمانها في الصلوات

وتبادي انني من معشبر

انتشني في حجاب الرحمت

يقول احمد علي ناصر في هذا الموضوع المنطلق

من مفهوم انساني محمد ..

● الشاعر مرآة مجتمعه ، وهو يعيش مجتمعه بكل

اجاسيمه ، يعيش مشاكله ويعيش اماله ، ومن هنا يكون

تأثير الشاعر وصوته ..

وماذا عن حركة الشعر في البحرين ؟؟

● في البحرين حياة انبوية نشطة ولا تخلو ليالي

الليلة البحرين من الامسية الشعرية .. وقد صدر

في البحرين مؤخرا العديد من دواوين الشعر الجيد ..

اما شاعر البحرين الاول فهو « ابراهيم العريض » وقد

قلت في ادب البحرين :

ادب البحرين شمس

اشرفت في كل قطر

وتراث الامس واليوم

فلال فوق بدر

تلك اجدانها قسي تسج

وفي بحر ويصير

ومن هو الشاعر الذي تأثرت به في بداية رحلتك

مع الشعر ؟

● لا استطيع القول انني تأثرت بشاعر معين ، ولكن

هناك شعراء احبانا اقرا لهم ، واخص بالذكر الشاعر

العربي ابي الطيب المتنبي والشاعر العراقي الجواهري

وامير الشعراء احمد شوقي .. وفي نفس الوقت قاننا

اقرا لشعراء الجزيرة العربية واقرا الشعر الحديث

## حكايا .. شعر: محمد علي ناصر

الشعر في السلطنة العمانية  
تسخر في سماءه القافية  
سلطنة الوحي وتاج العلي  
عمان يا روضتنا القافية  
عمان في قفسي يسوي الشدي  
وفي قفسي قفسي فرحة سامية  
يا تربية حل بها موكبي  
يا تربية خيراتنا ضافية  
جئت وهام القلب في وصفها  
جئت وهام القلب في وصفها  
طفت على الاشجار يا امسي  
طفت على اثارها الماضية  
طفت على معالم ضوئها  
في كل ارجاء انبا هاربة  
حضارة اشرق ثراسها  
حضارة السلطنة الراقية  
بطلمة الحاضر امجادها  
انبي المعالي والورى حامية  
اي الحضارات التي اشرفت  
بالعلم في مسقطنا الوالية  
اي الحضارات التي مسقط  
الى عمان بالعلى ماشية  
سرح انقاسي لفن اتسي  
والعين من بهجتها باكية  
والليل ان جاء بناجي الدجى  
يسمى بيهجة القية  
شعب العمانى بايمانسه  
بضراء في ثانية فاقية  
حياته يجلها خاطري  
حياته مدى المدى زاهية  
اخلاقه امدافه خلقتها  
كنوجة في حقلنا طامية  
تروى الصدى والمجد يسمو بها  
تحمي الهدى والهدى رامية  
في جدول الفكر ترى صفوها  
يسقي البنى ضاحية ضاحية  
شربت يا قومي وقبلي انوى  
من موجة يجتول ضافية

احمد علي ناصر  
بار بار - البحرين











## أخبار ثقافية - أخبار ثقافية

## كتاب جديد عن الشرق الأوسط

يتركز الحقيقة الفلسطينية تعيش تحت أعينهم بالتفكير في حلها .  
ومما يذكر أن المؤلف هي إحدى منويات هيئة اليونسكو التي عاشت فترة في الأراضي العربية المحتلة لدى المشاكل التي يعاني منها الفلسطينيون على الطبيعة .

أراضي الله الواسعة - كتاب جديد عن الشرق الأوسط  
الوسط شهدت مؤرخا الاسواق الفرنسية . . .  
فيه مؤلفته الفرنسية ماري بيردي بريسا عن صحافة الاسرائيليين الذين يزعمون أنهم يعرفون كل شيء عن العالم العربي وتقول أنهم بالرغم من ذلك

## الاصفاك بأعظم معاري في إيطاليا

تحفل إيطاليا هذا العام بمرور ٦٠٠ عام على ميلاد فيليبيرو نيليتشي الذي يعتبر من أعظم المعماريين الذين صنعوا شهرة إيطاليا . في عصر النهضة والذي قام بتصميم قبة كاتدرائية سانت ماريا التي تعتبر من أجمل قباب العالم .

وتقام حاليا في إيطاليا ثلاثة معارض - بروكليس الاول باسم الانسان والفن والثاني هو بروكليس المعماريين يضم المعرض المانوسكربتات مع عرض نظرياته المعمارية ومن المقرر أن يقام معرضان آخران عنه اولهما في ١٥ أكتوبر والثاني في ١٥ ديسمبر القارئ كما تفتتح قاعة عرض دائمة في متحف - يوم - يوم ٢٤ نوفمبر القادم يضم صورا لأعماله الفنية والمعمارية .

## معرض فرنسي للأسلحة الأمريكية المعاصرة

يعرض متحرايان اتيان احد المتاحف الفرنسية في فرنسا معرضا للأسلحة الأمريكية المعاصرة . ويبدأ هذا المعرض الفني نشاطا كبيرا فيوتيم مكتبه في لافن المعاصر وينظم سلسلة من المحاضرات عن تاريخ الفن المعاصر وأبرز المتحف في إحدى صلاته الفذهب الفنية المعاصرة .

## معرض فن الحفر الياباني . .

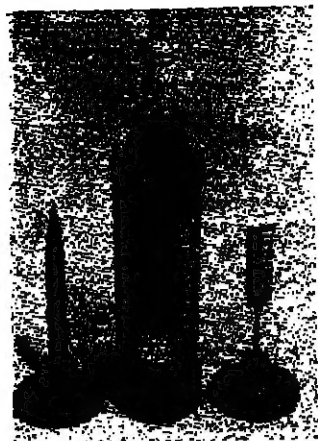
أقيم مؤخرا في مدينة « سيفيل » الاسبانية اسبوع الثقافة اليابانية . حيث أقيم معرض لفن الحفر الياباني وقد ضم المعرض نماذج شهيرة امتازت جميعها بالاتجاه الحيوي .

وقد ظهر في معظم النماذج تأثير الفن الأوروبي في القرن التاسع عشر على الفن الياباني .

## ثلاث نساء وفيام جديد

أثر الحضارة الاميركية على الانسان الحديث هو موضوع فيلم « ثلاث نساء » للمخرج « روبرت ثمان » والذي يعرض حاليا ، بنجاح كبير في العاصمة الفرنسية . وقد اختار المخرج لظهور الفكرة التي يدور حولها الفيلم ثلاث سيدات مختلفات ، وان كان يجمعون مكان واحد ، وهو إحدى العيادات الطبية التي تعالج أمراض الشيفوخة ، حيث تعاني الأولى من الانهيار بكل شيء مما يجعلها تفقد القدرة على التركيز ومعاملة الناس ، بينما تعاني المرأة الثانية من عدم استجابتها للدواء عن نفسها فتتبعها هائلة مسالة رغم أنها تحمل في طياتها صفات امرأة شريرة . أما المرأة الثالثة فقد خدعها زوجها مما جعلها تنطوي على نفسها في سكن مثل الذين يخذلون بالتزويج المختلطي .

## ينظف شموع احتراق الجيب . . !



إن توقف سيارتك بعد الآن بسبب حاجة شموع الاحتراق فيها إلى تنظيف ان ذهاب إلى الميكانيكي ، ستوقف في أقرب مكان ، وتخرج جهازا صغيرا من جيبك ، وتنظف البوارج ، وتنظف الجيار الصغير اسمه « كلين بلاج » وهو كابل ببيرو ، ونوشة ، ومخرب غير قابل للاشتعال ، وهو مصلح لكل محرك يستخدم شموع الاحتراق سواء كان دراجة بخارية ، أم قارب أو غيره ، وكل جهاز به مذيب يسهل تنظيفه . شمع احتراق ، ولكن يمكن ملء قارورة الخشب مرة أخرى .

## هل تصدق ؟

أعني في لندن ان اسرار الذكور للفتلات الموسيقية التي سوف يقدحها الميسرو « كرايان » تسجلت أعلى ارتفاع وصات لله اسرار الذكور للفتلات الموسيقية العادية . . . تراوح اسرار الذكور ما بين ٢ و ٢٠ جنيه . وفي وقت بصرته تلي ١٥ جنيه . ومن المقرر ان ترفع الاسرار إلى عشرة جنيهات . سوف يقدح الميسرو « هيربرت فون كرايان » فرتة ارسترا برلين القليلة زونيك الله عزها في قاعدة الاحتفالات الخاصة .



## عالم الغد

أعلنت شركة فورد الاميركية للسيارات ان سياراتها مؤيد ١٩٧٨ ستكون الجيل الاول من السيارات الزودة بنظام الكتروني لتوفير الوقود . وأعلنت الشركة ان هذه النظم يتم استيرادها من شركة توشيبا اليابانية للألكترونيات وهي متصلة بحاسب الكتروني صغير يتحكم في عمليات استهلاك الوقود في المحرك ويجعلها تتم على الوجه الأمثل للاستهلاك .

## سيارات الكترونية تتحكم في الوقود

## بطل الجودو . .

فاز الشاب الياباني « ياسونيدا ماشيتا » وعمره ١٩ عاما ، فاز ببطولة الجودو . وقد صلب هذا الشاب على ٣٠ مصليا من أشهر محترفي الجودو في اليابان اشتركوا في بطولات عالمية عديدة .

## فترة الحمل

مع بداية الحمل ومضني الثلاثة شهور الأولى تحس الحامل ببعض الأعراض المرضية وغير المرضية والتي تزول بانقضاء هذه الشهور الثلاثة .



اما من الشهر السابع إلى الشهر التاسع فتظهر أعراض أخرى . سببها ضغط الجنين على مختلف أجزاء الجسم . . . مثلا قد يضغط الجنين على المعدة فيسبب سوء هضم مستمر أو يضغط على المثانة فيسبب كثرة التبول ، وقد يضغط الاوعية الدموية فيسبب التورم في الساقين وهذا الأعراض تعتبر طبيعية اذا كانت خفيفة ودرجة معقولة . ولكن اذا كانت الشكاوى أكثر من اللازم ، فهذا يجب اتباع بعض الارشادات التي قد تعالج الموقف نوعا ما والتي قد تخفف عن استعمال الادوية . اهم هذه الارشادات النظام الغذائي يجب ان تكثر السيدة الحامل من كسل

## سيدة تضع ثمانية اطفال

رقت السيدة مكليور زيبيلي ، البالغة من العمر ٢٥ سنة والقاطنة في جزيرة لاسنورباتينا بشاذية توائم . توفي منهم ثلاثة بينما يتبع الخمسة الباقون بصحة جيدة . وكانت هذه السيدة قد وضعت من قبل أربعة توائم مات جميعها خلال عملية الولادة .

## مقالات - وجا عبد الوجدة

التن تظهر نتيجة عوامل داخلية فان الطب لم يصل حتى الآن لنتائج ايجابية . ولكن هناك محاولات بهذا الصدد .

آخر ما توصل اليه الخبراء في هذا المجال عمل قناع للوجه يدخل في تركيبه عسل النحل بعد ان اتفق الاخصائيون بعد تجارب عديدة ان عمل قناع من عسل النحل يوميا يجعل الوجه يعيش مائة عام من غير تجاعيد والواد التي تكون هذا القناع الساحر هي عبارة عن مائة جرام من العسل + ٢٥ جرام كحول ايض + ٢٥ جرام ماء نقي .

حاولي الابتعاد عن الحزن والقلق وكثرة الانفعال والعزلة وأفكار السوداء . . . فقد قرر اخصائيو التجميل في العالم نتيجة لبحوث وبعد تجارب عديدة ، ان ذلك يؤدي إلى سرعة ظهور التجاعيد ، مما يجعلك تبدين اكبر من سنك الحقيقي بكثير .

وهناك سبب ثاني يؤدي إلى سرعة ظهور التجاعيد . ويعود لعوامل خارجية . مثل كثرة لتعرض لاشعة الشمس ، والامتنان على التخزين والمشروبات الكحولية . ويمكن علاج التجاعيد الناتجة عن هذه العوامل الخارجية بتلافيفها اما لعلاج الشيفوخة المبكرة

## أجمل جرة في الحال



تكثر المشاكل في المجتمعات المتقدمة صناعيا . وهي مشاكل قد لا تعاني منها في مجتمعاتنا النامية . وهذه نعمة تصد عليها فالانسان في مجتمعاتنا تظل قيمته ومكانته محفوظة يسل تزداد هذه القيمة وهذه المكانة كلما تقدم به السن . اما في المجتمعات الصناعية المتقدمة ، فان المتقدم في السن يعني الاحالة إلى المعاش . . . والاحالة إلى المعاش تعني عزل الشخص المسن عن العالم . . . ويعني هذا اعتبار الشخص غير منتج وغير مفيد ، مما قد يؤدي إلى ذبول حياته وضعف قدراته فيكون ذلك بمثابة الحكم عليه بالاعدام . حتى لو كان هذا الشخص ما زال مختطفا بقوة العقلية

## هذه النصائح تجنبك التاعب

ومركبات الحديد . كذلك يجب الابتعاد عن استعمال ادوية مثل الكريزوتون ومشتقاته ومهبطات الاعصاب بوجه عام .  
● الازياء : يجب ان تكون من النوع المتسع حتى لا تكون ضاغطة على الجسم . كذلك يجب تجنب الاحذية وارتداء الملابس المريحة والابتعاد عن الاحذية ذات الكعب العالي .  
● الرياضة : مستحبة طوال فترة الحمل ، ولكن يجب تجنب الألعاب العنيفة مثل التنس . . . ويفضل السير في الشهر الاخير .  
● النوم : يجب ان لا تقل ساعات النوم عن ٨ ساعات متصلة . بحيث يكون نومها هاربا ، فالراحة هي احسن علاج لاية الام تشعر بها السيدة أثناء الحمل . وليس من المفصل النوم لفترات طويلة

الخضراوات والفواكه وشرب اللبن واكل اللحوم بانوعها . . . والمسل الاسود والابيض . فهي مفيدة جدا أثناء الحمل . كما يجب ان تغير من نوعية الاكل وليس من كميته وعليها ان تتناول وجبتها بكمية طبيعية وليس بمقدار فردين كما يعتقد البعض . فزيادة كمية الوجبة لا يعني طعام الجنين . ومن المأكولات التي يجب ان تتعد عنها الاطعمة الحريفة ( الشطة والفلفل ) وعدم استعمال اية ادوية أثناء الحمل بغير الامكان الا اذا رأى الطبيب المعالج ذلك ضروريا لصلحتها ولصالح الجنين وغالبا ما يكفي باعطاء الحامل الفيتامينات والكالسيوم

اما من الشهر السابع إلى الشهر التاسع فتظهر أعراض أخرى . سببها ضغط الجنين على مختلف أجزاء الجسم . . . مثلا قد يضغط الجنين على المعدة فيسبب سوء هضم مستمر أو يضغط على المثانة فيسبب كثرة التبول ، وقد يضغط الاوعية الدموية فيسبب التورم في الساقين وهذا الأعراض تعتبر طبيعية اذا كانت خفيفة ودرجة معقولة . ولكن اذا كانت الشكاوى أكثر من اللازم ، فهذا يجب اتباع بعض الارشادات التي قد تعالج الموقف نوعا ما والتي قد تخفف عن استعمال الادوية . اهم هذه الارشادات النظام الغذائي يجب ان تكثر السيدة الحامل من كسل

## الأم بأقل من الأطفال

اجرت إحدى المجلات الاميركية استفتاء بين الاطفال قمت فيه السؤال التالي :

ما هي الام ؟  
وقد انهارت على المجلة رسائل من اطفال كثيرين كتبوا فيها وصفا للام كما يرونها ويعبروا عن شعورهم . المخلص التي تجاهها ، من بين هذه الاراء :

+ انه لرائع حقا ان تكون للانسان اما ، فيكونها لا نجد من ينظف المنزل .  
« فتاة عمرها ٦ سنوات »  
+ ماما - تعني بالاطفال وتصرخ كثيرا كل يوم .  
« طفل عمره ٥ سنوات »  
+ عندما اود ان اقول شيئا . . . فأنني اقله لامة ولكن لا اقول لها كل شيء .  
« طفلة عمرها ١٢ سنة »  
+ الام انسان وهب نفسه لزوجها واطفال ، ولكنها انانية ايضا .  
« طفلة عمرها ١٠ سنوات »  
+ ماما تأكل الحلوى ، ولا تعطيني الشوكولاتة قائلة أنت مريض .  
« طفل عمره ٤ سنوات »  
+ الام هبة من الله ، بكل البشر .  
« فتاة في الخامسة عشرة من عمرها »

## بيان

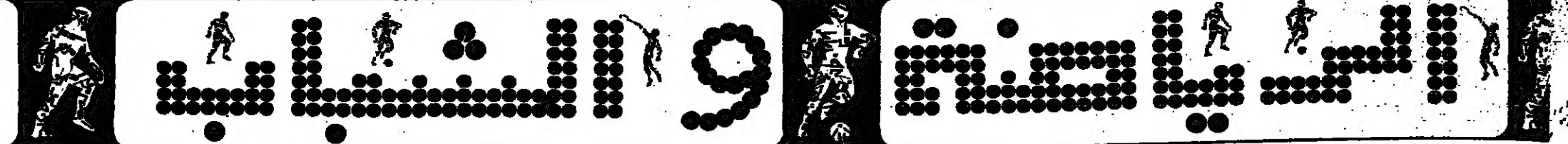
ترجو إدارة المناقصات من الشركات والمؤسسات التي اشتركت في المناقصة رقم ٧٧-١٩ بتوريد افاضات لوزارة التربية والتعليم لعام ٧٧ ان تراجع ادارة المناقصات لاستلام اوضانات البتكية .

## بيان

تعلم شرطة عمان السلطانية الى كافة المواطنين في الشمال والجنوب ان الطريق من العاصمة الى المنطقة الجنوبية مغلق بسبب ايامه التي تجمعت بعد سقوط الامطار الغزيرة التي اجتاحت السلطنة في الاسبوع الماضي .  
تكونت عدة برك يبلغ عمقها ٦ اقدام مما جعل مرور السيارات فتعثر في هذه الاماكن الواقعة في منطقة « الزمام » بين هيا وقرن العلم .  
فخرج من المواطنين الكرام عدم استعمال الطريق لرة اسبوع من تاريخ هذا الاعلان وذلك حفاظا على سلامتهم .



## إعداد فاروق إمباي



### أخبار رياضية

**آخر نتائج مباريات دورة السبب للناشئين في كرة القدم**  
أسفرت مباريات الأسبوع الماضي بدورة السبب الرابعة للناشئين في كرة القدم عن النتائج التالية:

- تعادل ساحل عمان مع البحري ١-١
- فاز القيس على المحلة ٢-١
- فاز التضامن على العربي ١-٠ صفر

**الحصان ستيل سلو يكسب سباق ديربي ويرتفع ثمنه الى عشرة ملايين دولار**  
فاز الجواد «ستيل سلو» بالمركز الأول في سباق ديربي كوتاكس الدولي رقم ١٠٣ والذي تبلغ مسافته ميل وربع وحصل على الجائزة المخصصة للديربي وهي ٢٤٠ ألف دولار.

وكان الجواد الفائز هو المرشح الأول لفوز قبل السباق لأنه لم يهزم قط حتى الآن وهو ساس جواينيل هذا السباق في هزيمة سابقة في القرن الحالي. والغريب في الخبر أن هواة خيل السباق يسأوا يتهاقون على شراء الجواد حتى وصل ثمنه الى عشرة ملايين!!!!

**المانيا تستعد من الان لبطولة كأس العالم لكرة القدم**  
يقوم حاليا منتخب ألمانيا الغربية في كرة القدم بجولة في دول أمريكا اللاتينية للعب مع فرقها. وذلك ضمن خطة الفريق الألماني لاستعداد لبطولة كأس العالم القادمة في الأرجنتين عام ١٩٧٨. فازت في المباراة الأولى على اورجواي ٢-٠ صفر كما فازت على الأرجنتين في المباراة الثانية ٣-١.

**الملك جازو من نيكارا جوا يحتفظ ببطولة العالم للوزن المتوسط**  
احتفظ الملك جازو من نيكارا جوا ببطولة العالم للوزن المتوسط بعقله على نصيبه الياباني واجيمافي الجولة الحادية عشرة. وبعد أن طلب مربوب واجيمافي إيقاف المباراة لينتقد واجيمافي من ضربات جازو العنيفة وبعد أن ألقاه أرضا من ضربة يمينية قوية. وكان واضحا منذ بداية المباراة أن الملك الياباني ليس ندا للملك البطل.

## نهضة عمان يفوز على الصنعة في كرة القدم

سالم وعلي اسماعيل وسلطان الرزوقي وحمود ومحمد احمد ومحمد سلطان وحيدر وعبد الحميد وخميس ناصر ورشد. حكم المباراة: ناصر سلطان وعوانه سليمان علي وسالم خميس.



«شيري» يجد صعوبة في الابتسام

«فرير شيري» ظهر اسير فريق لينز يوناتس والتفخيش الاجلبي لكرة القدم - تعرض في مباراة خنفسب اتحترا والرجل في الاسبوع الماضي الى كمة عنيفة من قبضة المهاجم الأرجنتيني «فرير شيري» - اطلعت بعد اسبوع كما هو واضح في الصورة. تعود القصة الى أنه أثناء المباراة وفي شوطها الثاني استلم «شيري» الكرة من أمام المهاجم الأرجنتيني بطريقة شديدة العنف القاتل - ووقع الاتان على الأرض - وعندها نهض أورجواي - الأجنبي بكمة عنيفة على فيه الذي نزل بهاء فترسة على أرضها - وطرد بها الحكم من الملعب.

يقول شيري أنه خائف من اسيرين أولها اقرار الجاضر الذي طرده الحكم بسببه وهو بري - والثاني هو عدم قدرته على الابتسام بحرية مثل باقي زملائه في المنتخب - والجدير بالذكر أن المباراة انتهت بقتل ١-٠.

حقق فريق نهضة عمان في اخر مباراة له مع اندية السلطنة في كرة القدم فوزا كبيرا على الصنعة في لقاءهما يوم الاثنين الماضي بملعب الصنعة حيث أسفرت المباراة عن فوز فريق نهضة عمان بسبعة اهداف مقابل هدفين للصنعة - وكانت نتيجة الشوط الأول ٥-٠ صفر. كان الشوط الأول كله في صالح فريق نهضة عمان وأحرز فيه ٥ اهداف جميلة.

وفي الشوط الثاني تحسن أداء فريق الصنعة ولعب بندية وقوة وكان هذا الشوط مثيرا وسريعا وقدم فيه الفريسيان عرضا طيبا. وقد أحرز سلطان الرزوقي الهدف الأول للصنعة في الدقيقة ١١ وسجل ثاني مبارك الهدف السادس لفريق نهضة عمان في الدقيقة ٤٠ وسجل محمداحمد الهدف الثاني للصنعة في الدقيقة ٤٣. وقبل نهاية المباراة ببقية سجل نجم شغيل الهدف الرابع لنهضة عمان.

**الفريقان والحكام**  
مثل فريق نهضة عمان: عيسى دابن وعلي العود ومحمد فرج وسلطان الراسي وسعيد علي وحمد راشد وعبد الرحمن ربيع وثاني مبارك وحسن معنوق ونجم شغيل ومحمد السدي بوراشد السروي وعبد الحميد الكويي وعامر الكويي وسعيد صالح ومبارك سالم. ومثل فريق الصنعة: سعيد علي وسلمان صالح وسالم احمد ويوسف ومحمد.

## نهضة عمان يفوز على الصنعة

تقابل يوم السبت الماضي فريق نهضة عمان مع فريق الشرطة في مباراتين للكرة الطائرة وتنتس الطاولة وذلك بملعب مدرسة الشرطة بسانتور. أسفرت مباراة الكرة الطائرة عن فوز فريق نهضة عمان على الشرطة ٢-٠ صفر. وكانت نتيجة الاشواط ١٥-١٢ و ١٥-١١. وكانت المباراة قوية وحلوة. وامتازت بالندية والسرعة.

مثل فريق نهضة عمان: عيسى دابن وحميل عبد العلي وعوض خميس وعلي محمد العريسي وعامر الكويي وحمد اليعقوبي وحافظ احمد. ومثل فريق الشرطة: مسلم محاد وعبد الله محمد ومحمد علي مصطفى وجمال احمد وسيف سلطان وخلفان مبارك فيروز وخالد سعيد حمدان ويوسف محمد رمضان ومحمد مياة خير محمد.

أسفرت مباراة تنس الطاولة عن فوز فريق نهضة عمان أيضا ٢-٠ صفر. وكانت نتيجة المباريات:

- فاز علي الكويي من نهضة عمان على صالح مبارك من الشرطة ٢١-١١ و ٢١-١٧.
- فاز فهمي خالد من نهضة عمان على خلفان فيروز من الشرطة ٢١-١٢ و ٢١-١٤.

## دورة لحكام كرة القدم نظمها وزارة الشباب لأول مرة



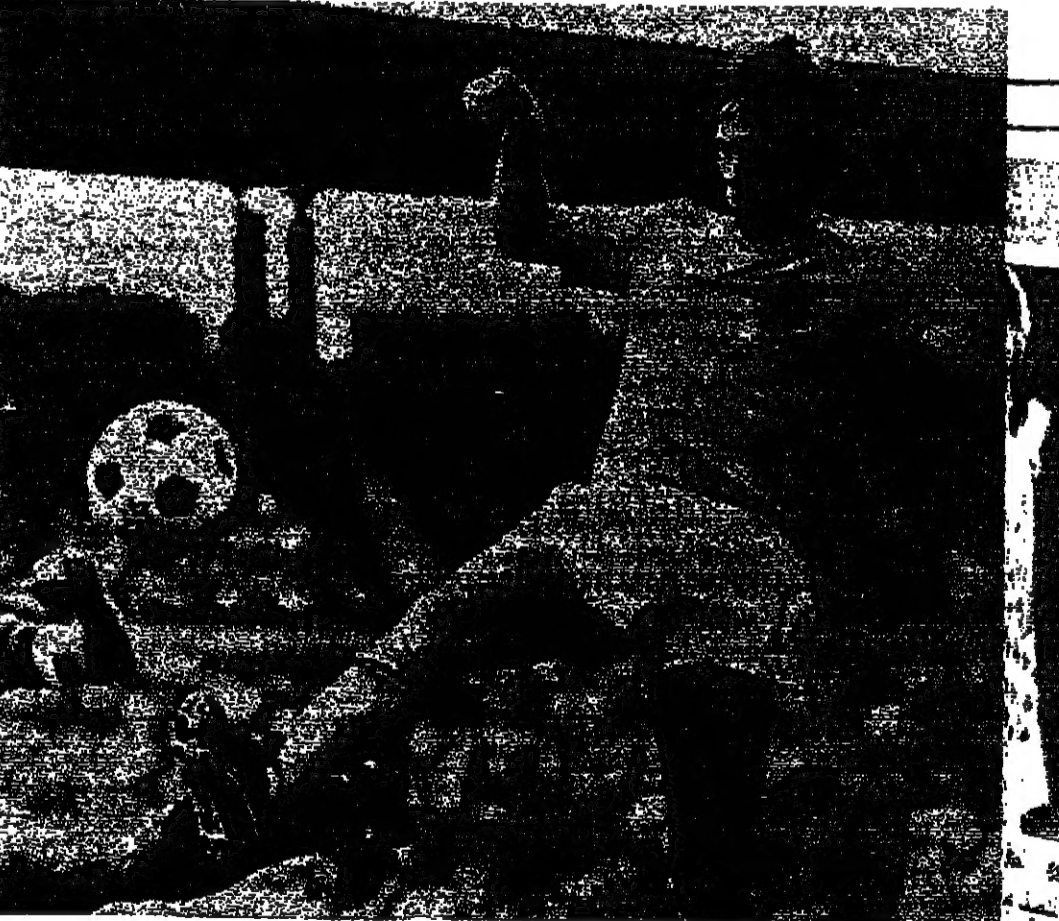
سمو السيد فهد بن تيمور وزير الشباب

كما سيزور السلطنة في الشهر القادم أيضا وبدعوة من وزارة شؤون الشباب ولدة ١٠ أيام سعادة الاستاذ عبد الرزاق علي الطائي الأمين العام للاتحاد العربي لكرة الطائرة وسيقيم خلال زيارته للسلطنة بالأمور التالية:

- دراسة واقع السلطنة الجغرافي وتقديم منهج تدريبي والقضاء محاضرات عن دورة الاتحاد العربي في المنطقة العربية.
- دراسة واقع الاندية وتقديم المقترحات الهادفة لتطوير لعبة الكرة الطائرة.
- وتأتي هذه الدورة ضمن خطة الوزارة في اعداد جيل من الحكام الممارسين في مختلف الألعاب وتنمية قدرات الحكام الحاليين.
- اقامة دورة تحكيمية وتدريبية مزودة تمنح فيها شهادات من الاتحاد العربي للكرة الطائرة.

م وزارة شؤون الشباب مرة دورة لحكام كرة القدم. وتبدأ الدورة السبت ٢٠ يوليو وتستمر يومين. بم اللقاء المحاضرات في دورة الحكم الدولي في احمد قنيل صالح. تقسم الدورة الى قسمين لري واخر عملي. مح للشباب الراغبين في احكاما في كرة القدم مام للدورة وهي مفتوحة باب الاندية وغيرهم تسجيل الاسماء في شؤون الشباب بالوزارة عيد الدوام الرسمي. بعد بواير القادم دورة الهوكي ويقوم باللقاء رات فيها حكم دولي وذلك لمدة اسبوع ضوء على أحدث تعديلات الدولي.

## هجرة كبيرة تشار في اسبانيا وله حرمان كروفي من اللعب



«كروفي» نجم هولندا غرلة قهرها ٥ الاف دولار. وبعد هذا الحادث أصدر الاتحاد الاسباني لكرة القدم تعليماته لجميع الاندية ببناء سياج أو حفر خندق حول الملعب لئلا يهجم عليه اللاعبين لحيولة دون وصول المتفرجين لارض الملعب. تعرضه للاعتداء من جانب جمهور نادي برشلونة. كما انه اعترض عن تحكم بعض المباريات الى ان تها الأمور.

## إيطاليا تفوز على فنلندا

فازت إيطاليا على فنلندا ٣-٠ صفر في مجموعتها في الدور التمهيدي لكأس العالم لكرة القدم. وبهذا الفوز تصدرت إيطاليا المجموعة التي تضم معها إنجلترا وأصبح رصيد إيطاليا ٦ نقاط في ٣ مباريات ولها ٩ اهداف وعليها هدف. بينما وصعد إنجلترا ٦ نقاط في ٤ مباريات ولها ١١ هدف وعليها أربعة. وذلك تصبح مباراة إيطاليا مع إنجلترا لها أهمية كبيرة وستكون نتيجة لها حاسمة وقاطعة لكلا الفريقين وأيهما سيكون له حصة دخول الانوار النهائية لكأس العالم في أغسطس عام ١٩٧٨ القادم. وستقام هذه المباراة الفاصلة يوم ٣ ديسمبر القادم بملعب ويمبلي بلندن. والتعادل يكفي لوصول إيطاليا والأرجنتين وخروج إنجلترا من الكأس. وسيقيم حاليا الفريقين دول أمريكا اللاتينية استعدادا لهذه المباراة وللمباراة كأس العالم القادمة ان قبل لها الفوز على إيطاليا.

# العراق السوري جبر دبر ويطم الرثم القياسي العالمي طوله ١٨٦ سنتيمترا ويعدو ٢٠٠ كيلومتر كل إسبوع

الممكن الوصول الى ٨ دقائق فسيح الموانع سباق صعب بوجود الموانع طيلة مدة السباق وحفرة الماء المتعة حقا لكن منذ الان فسادا لن أقطع نصف المسافة الأولى بزمين اسرع من زمن النصف الثاني للمسافة لقد خسر كثيرا من السباقات لأنه كان سريعا في البداية. حتى يكاد لا يستطيع تخفيه الحاجز في نهاية السباق.

وفي عام ١٩٧٢ حطم العراق الكيني بن جيبشون رقمه سجل رقما قويا قدره (٨٠١٤) ولكنه لم يفد الأمل في استعادته من جديد. حيث كان لم يزل في المرتبة الثانية بين أبطال العالم بعد جيبشون بزمين قدره (٨١٨١٤) وفي عام ١٩٧٤ قارب من الرقم العالمي ولم يبق بينه وبين جيبشون سوى عشرين الثانية.

حيث سجل ٨١٤٠٢ د. وجاءت بطولة أوروبا في روما عام ١٩٧٤ وكان مصمما على تحطيم الرقم هناك. لكن ارتفاع درجة الحرارة أيام البطولة منعه من تحقيق رغبته وكان باليدالية الفضية فقط بزمين قدره ٨١٥٠٢ د. بعد مالفينوسكي البولوني بـ ٤ أعشار الثانية فقط. جاء عام ١٩٧٥ واستعد استعدادا هائلا وبالفعل تم له ما أراد وتحقق حلمه. وما هو في مقدمة أبطال العالم بعد كفاف استمر سنتين كاملتين.

الثالث عشر بين أبطال العالم في مسابقة الموانع وسجل رقما لا بأس به في هلسنكي وقدره (٨٠٢٨٢٠ د.). ثم اشترك في بطولة أوروبا في هلسنكي عام ١٩٧١ وأحرز المركز العاشر فقط بـ ٢٩٠٢٩ د. وفي دورة ميونيخ عام ١٩٧٢ لم يكن في أوج لياقته وخسر من التصنيفات بزمين قدره ٨٢٠٢٠ د. لكنه بعد دورة ميونيخ مباشرة استطاع أن يحطم الرقم العالمي لهذه المسابقة وسجل في هلسنكي زمنا قدره (٨٠٢٠٢٠ د.).

**طريقة تدريب جيبشون**  
يقول جيبشون الذي يبلغ طوله ١٨٦ سم ووزنه ٧٠ كغم انه في موسم الاستعداد يعدو كثيرا في الطبيعة بمعدل ٢٠٠ كلم في الاسبوع. ثم يأتي دور التدريب على السرعة. وعادة يعدو ٣٠٠٠ متر بدون موانع وعلى المضمار مسرع تغيير سرعته من وقت لآخر (أي كل ٢٠٠ متر تقريبا) وفي النهاية يختتم تدريبه بالعدو وسافة ٤٠٠ متر في ٥٤ ثانية أو بالعدو لمسافة ١٠٠ متر في ١٢ ثانية وهرقه الأول من هذه التدريبات هو زيادة السرعة وخاصة في نهاية السباق أي أثناء الشعور بالتعب. وحول سؤال عن امكان تحطيم الرقم العالمي بـ ٣٠٠ موانع من جديد اجاب جيبشون: انتي لست من رأي البطل الكيني بن جيبشون الذي يقول بأنه من

السابق المسجل باسم العداء الكيني ينجامين جيبشون والعداء جيبشون هو صاحب الرقم العالمي في هذه المسابقة في عام ١٩٧٢. وكان من أبطال سباق الاستكشاف ومن احسنهم في السويد التي تعتبر من أقوى دول العالم في هذه الرياضة تتضمن العدو والغابات ومن يدير العداء خريطة المعرفة الهدف الذي يجب استكشافه من خلال.

وفي عام ١٩٦٨ جرت نفسه في سباق الموانع وفاز ببطولة أوروبا للناشئين واختير لتمثيل بلاده في دورة مكسيكو الأولمبية عام ١٩٦٨ ولكنه لم يشترك في سباق الموانع خوفا من تأثير الارتفاع واشترك في سباق ٨٠٠٠ م (٤٨٠٠ رادقية) والـ ١٥٠٠ متر (٢٠٤٠٢ رادقية) وخارج من الانوار الأولى في السباقين وكانت طريقة تدريبه في ذلك الوقت عادية لا تكفي لان يصبح بطلا للعالم.

وبدا منذ موسم عام ١٩٧١ يتدرب مثلما يتدرب أبطال المسافات الطويلة فكان يعدو من ١٥٠ الى ٢٠٠ كلم في الاسبوع بالإضافة الى سرعات طويلة ومقيدة ضمن الغابات وعلى مضمار الجري. واصبح تدريبه في ذلك العام

تمكن العداء السويدي أندرس جيبشون من استعادة رثته القياسي في مسابقة الثلاثية الاف متر مربع عندما قطع



أندرس جيبشون بطل العالم في سباق الموانع



